

历史小课堂

北宋-元朝

文贤阁 编著



江西美术出版社



历史

小课堂

5

文贤阁 / 编著

LISHI XIAO KETANG
BEISONG—YUANCHAO

北宋—元朝



江西美术出版社
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

历史小课堂·北宋—元朝 / 文贤阁编著. — 南昌:
江西美术出版社, 2020.5
ISBN 978-7-5480-7443-4

I . ① 历… II . ① 文… III . ① 中国历史—北宋—元代
—少儿读物 IV . ① K209

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 038002 号

本书由江西美术出版社出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

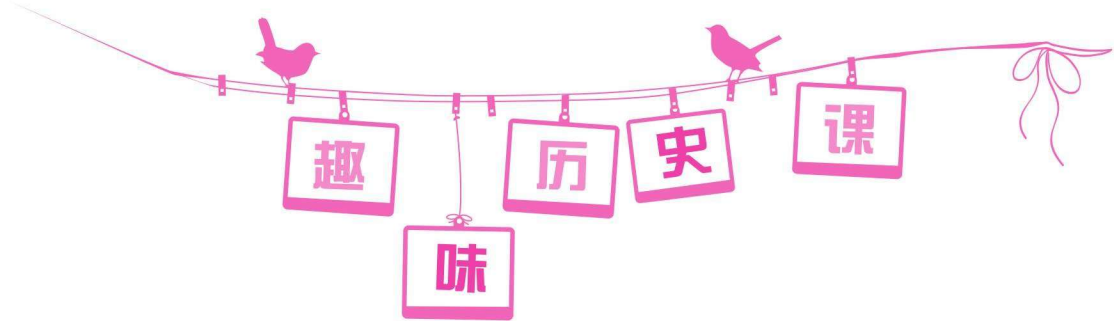
出品人 周建森
责任编辑 朱金宇 仲卉馨
责任印制 谭 勋

历史小课堂·北宋—元朝
文贤阁 编著

出 版: 江西美术出版社
地 址: 南昌市子安路 66 号
网 址: www.jxfinearts.com
电子邮箱: jxms163@163.com
邮 编: 330025
电 话: 0791-86566329
经 销: 全国新华书店
印 刷: 河北盛唐印刷有限公司
版 次: 2020 年 5 月第 1 版
印 次: 2020 年 5 月第 1 次印刷
字 数: 580 千字
开 本: 880mm × 1230mm 1/32
印 张: 24
ISBN 978-7-5480-7443-4
定 价: 120.00 元 (全 6 册)

版权所有, 侵权必究

若有印刷、装订质量问题, 请与承印厂联系。电话: 18901203722



为什么我们要学习历史？

历史这一学科，是九年义务教育中必学的科目。同学们在接受漫长的历史教育中，花费了大量的时间来记忆年代、人名、地名、事件，除了应对考试之外，有没有想过，我们这么苦苦地学习历史，是为了什么？

可能大部分同学还是会说：“是因为要考试，所以要学。”

也会有部分同学说：“以古鉴今，读史使人明智。”

同学们，学习历史不只是为了应对考试，你还要更加深刻地理解学习历史的意义。我们要掌握的不仅仅是知识，还要从中学会如何思辨、如何应用。

在这里与同学们探讨一下学习历史的意义，希望能够帮助到同学们。

① 学历史，能启迪智慧。

历史故事中蕴含着做人、做事的智慧，学历史就是要借鉴先人的经验，吸取教训，提高我们自己明辨是非的能力，增加智慧。

② 学历史，能审时度势。

历史可以让眼光不局限于当代，能洞彻事物的发展脉络与前因后果，这也就是古人会把学历史当成领袖必备教育的原因。





③ 学历史，能增强民族自豪感和凝聚力。

中国有几千年的灿烂历史，陶瓷、丝绸、四大发明、万里长城、秦陵兵马俑等，直到今天还享誉世界。我们应该为这样悠久灿烂的历史感到骄傲，更加热爱我们的国家。

④ 学历史，能激发创造力。

了解先人的生活，学习先人创造的知识，激发自己的创造思维，不断创新，不断改进，推进历史的进步和发展。我们在生活的过程中，也在创造着历史。

⑤ 学历史，能立志效法，做有用之人。

“养天地正气，法古今完人”，在历史的长河中，找到自己的榜样，努力成长为一个正直、有气节的人，一个对社会有用的人。

⑥ 学历史，能增加知识积累，开拓视野。

用历史知识武装头脑，学会历史知识的运用，包括一些思想、一些先人的做法，去其糟粕，取其精华，并运用到其他学科的学习和生活中。

同学们，学习历史，记忆是基础，更重要的是学会思辨。把书本中学到的道理与自己的人生历程不断相互印证，不断地去思索如何在自己的生活中加以运用，让历史的智慧为己所用。这才是学习历史的最大收获。

目录



北宋

- 澶渊之盟 / 9
- 西夏建国 / 14
- 欧阳修改革文风 / 19
- 王安石变法 / 24
- 沈括与《梦溪笔谈》 / 30
- 毕昇发明活字印刷术 / 35
- 大文豪苏东坡 / 39
- 方腊起义 / 45
- 完颜阿骨打灭辽 / 51
- 靖康之变 / 56
- 女词人李清照 / 63

南宋

- 抗金英雄岳飞 / 71
- 书生退敌 / 77
- 南宋大儒朱熹 / 81

元朝

- 蒙古灭金 / 86
- 文天祥 / 91
- 崖山海战 / 97
- 元世祖忽必烈 / 104
- 天文学家郭守敬 / 109
- 曲圣关汉卿 / 114
- 红巾军起义 / 118
- 朱元璋推翻元朝 / 122

一眼就能看明白的中国历史大事年表

(北宋—元朝)

北宋

公元 960 年

赵匡胤发动“陈桥兵变”，后周灭亡，北宋建立。

1005 年

北宋与辽缔结“澶渊之盟”。

1041 年

范仲淹等人开始施行“庆历新政”。

1069 年

王安石变法开始实施。

1120 年

方腊起义爆发。

元朝

1368 年

朱元璋称帝，建立明朝，徐达等人攻破大都（今北京市），蒙古贵族北逃，元朝灭亡。

1351 年

刘福通发起红巾军起义，全国各地纷纷响应。

1283 年

忽必烈劝降南宋丞相文天祥，被拒绝，文天祥从容就义。

1279 年

崖山海战，陆秀夫身背宋末帝跳海而亡，南宋灭亡。

南宋

1127年

金朝南下掳走宋徽宗、宋钦宗，北宋灭亡，赵构建立南宋。

1130年

金军南侵，南宋名将韩世忠取得黄天荡之战的胜利。

1140年

岳飞率领岳家军大败金将完颜宗弼（即金兀术），取得郾城之战的胜利。

1142年

宋高宗与秦桧合谋，以“莫须有”的罪名杀死了岳飞。

1271年

忽必烈改国号为“大元”。

1259年

大蒙古国大汗蒙哥在围攻合州（今重庆合川区）时被杀。

1234年

金国灭亡，蒙古很快进军南侵。

1232年

南宋与蒙古联合夹击金国。

1161年

金帝完颜亮南侵，被虞允文在采石之战中打败，完颜亮在随后的内乱中被杀。

北宋

北宋是一个经济、文化都很繁荣的朝代，儒学复兴、科技突飞猛进，诗歌、散文都取得了辉煌成就，宋词更是达到了极盛，诞生了无数杰出的词人和佳作。但是，北宋朝廷重文轻武、冗官冗员的情况非常严重，导致长期的积贫积弱局面，为屈辱的“靖康之耻”埋下了伏笔。

- ◆存亡时间：公元 960 年—1127 年
- ◆帝王：宋太祖、宋仁宗、宋徽宗等
- ◆都城：东京（今河南省开封市）



◆**政治措施**：1. 北宋官制基本沿袭唐朝，但三省的长官不再是宰相，相权大幅萎缩，中书门下和枢密院掌握了文武大权，皇权大大提升。2. 殿试在武则天时设立，但没有形成制度，宋太祖明确规定殿试为对科举考生的最终考核，使得进士成为“天子门生”。3. 北宋沿用两税法，但增加了丁税，差役颇为繁重。

◆**经济措施**：1. 北宋农业生产技术有了提高，朝廷兴修水利促进了农业生产，南方兴修水利的成绩尤为显著。2. 北宋手工业作坊规模更大、分工明细，瓷器、冶炼、刺绣和造船业都取得了显著进步。3. 北宋商业发达，随着货币流通量的增加，世界上最早的纸币交子出现了。4. 北宋设立五个市舶司，对外贸易非常发达。

◆**文化措施**：1. 宋太祖留下不杀士大夫、不杀言官的遗训，使得文人在北宋如鱼得水，诞生了无数文学大师，如“三苏”、欧阳修、王安石、李清照等，在书法、绘画等方面也取得了辉煌成就。2. 北宋史学成就很高，诞生了《新唐书》《资治通鉴》等史学杰作。3. 北宋诞生了周敦颐、张载、程颐等儒学大师，他们共同开创了对后世影响深远的理学。4. 北宋活字印刷术诞生，指南针开始应用于航海，并诞生了“中国科学史上的里程碑”——《梦溪笔谈》。

◆**军事措施**：1. 为了避免出现藩镇割据，宋太祖“杯酒释兵权”，解除了一批战功卓著的节度使的兵权，设立中央禁军，殿前司与侍卫马军司、侍卫步军司互相牵制。2. 宋朝的军队分为四种，即禁军、厢军、乡兵、蕃兵，禁军为主力。3. 为了避免武将兵权太盛，实行



“更戍法”，禁军驻屯地点时常变更，将领却不随之调动，造成“兵无常帅，帅无常师”。

◆**历史贡献**：1. 北宋在政治、经济、思想、文化、教育、科技、生活方式等方面都有长足发展，给中国文明做出了巨大贡献。2. 中国四大发明中的指南针、火药、印刷术都在北宋取得了飞跃性的进展，同时北宋也创造了世界上第一种流通的纸币。3. 宋词是中国诗歌史上的明珠，是中华民族宝贵的精神财富。

◆**灭亡原因**：1. 宋徽宗任用奸臣，奢侈无度，朝政混乱，导致各地起义军风起云涌，尤其是方腊起义，沉重打击了北宋的统治。2. 北宋晚期徭役、赋税繁多，地方官员贪污腐化、鱼肉百姓。3. 北宋皇帝高度集权，军队兵将分离，出现兵不知将、将不知兵的局面，导致军队遇到问题无法灵活变通，也毫无凝聚力可言。4. 北宋四周强敌环绕，最终在内忧外患中灭亡。



澶渊之盟

从公元 999 年，即咸平二年开始，辽国大军就经常侵犯中原边境。虽然宋军有大将杨延昭和杨嗣率军积极抵抗，但辽国骑兵强大，战术灵活，宋朝的边防压力与日俱增。因此，北宋曾和辽国签订过一份“澶渊之盟”。有人说这是份丧权辱国的条约，也有人说这是一次成功的外交案例，历来褒贬不一。但无论如何，这份条约的签订，为北宋争取到了休养生息的时间。

1004 年，辽国萧太后与其子辽圣宗亲率大军再度侵入大宋。萧太后不管在辽国还是在北宋，都是鼎鼎大名的人物，也是辽国背后的实际掌权人。当时她已经五十二岁了，却依然保持着北方少数民族粗犷、坚韧的禀性，积极投入南侵战争中。

北宋朝廷听说萧太后母子来了，都慌乱起来。就在大家惶惶不可终日时，宰相寇准却一点儿也不惊慌，劝说宋真宗御驾亲征，宋真宗勉强答应了下来。

可大敌当前，因为各自的利益不同，有主战派，就会有求和派。这时就出现了两个误事的人，参知政事王钦若建议宋真宗迁都金陵，枢密直学士陈尧叟又说迁都

寇准

寇准是下邳（今陕西省渭南市）人，十九岁中进士，性情刚直、直言敢谏，得到宋太宗的重视。1004 年，他出任宰相，次年成为促成“澶渊之盟”的最大功臣，第三年被奸臣排挤辞去相位，做了多年地方官。

成都不错，两人都主张避敌锋芒，等辽兵走了再回来。

宋真宗本来就无心抗敌，经过这么一说，更没主意了。

寇准立即站出来，大声斥责道：“谁说要迁都的？出这种主意的人，应该先斩他们的头！”王钦若和陈尧叟吓得赶紧后退了一步。

寇准再次劝说宋真宗：“陛下，要想赢得这场战争，非要您亲自出征不可啊！您如果亲自上前线指挥战争，士气一定会大增，打败辽兵根本不在话下。如果我们放弃迎战，像只老鼠一样逃跑，敌人就会乘虚而入，宋朝就保不住了！”

大臣高琼也上前请求真宗亲征，说：“陛下，将士们的家都在开封，谁都不愿意再迁都到别的地方，只要您亲自督战，我们有战胜辽兵的决心！”

在两位大臣的劝说下，宋真宗终于决定御驾亲征，来到韦城（在今河南省滑县东南）。

这段时间以来，宋、辽两国交战，互有损伤。宋朝丢了一些城池，但主要的据点一个都没有丢，把守得非常严密。萧太后见久攻不下，觉得辽国难以完全占领宋朝，便有了撤兵的心思。正巧一个大臣也提出与宋朝和谈，正中萧太后下怀，遂休书一封，提出两边各派使臣和谈。尽管书信已经送出，可辽国依然在派兵深入。

对于是否和谈，北宋展开了异常激烈的讨论。

正在这时，传来了宋军在澶州（今河南省濮阳市西）附近设下埋伏，射死了辽军统帅萧挾凛的好消息。宋真宗大受鼓舞，他想到澶州南城驻扎下来，寇准却坚持让他渡河到澶州北城驻扎，说这样更能鼓舞军心。果然，当宋真宗到达北城时，守城的将士看到象征皇权的黄伞盖出现，都高呼万岁，士气高涨。



萧太后知道后，派出数千名精兵赶到北城叫阵，寇准打开城门，领兵迎敌，大获全胜。

战后，寇准留在北城，宋真宗回到行宫。寇准与部下从容地饮宴谈笑，传入宋真宗耳中，他高兴地说：“丞相如此镇定，我没什么可担心的了！”

辽军长途奔袭，不利于长期在外作战。宋真宗也不想开战，因此，刚取得一点胜利，他就迫不及待地想促进与辽国的和谈。

辽国提出，宋朝要归还后周世宗时期北伐夺取的“关南之地”。

宋真宗找寇准商量：“割让土地给他们我不同意，不如我们打发给他们一些金银财帛。”寇准说：“我本来就不赞同讲和，他们要讲和可以，请他们先归还我们燕云十六州，怎么能再给他们钱呢？”

虽然寇准反对议和，朝中主和派开始散布起了流言，说他是想把持军政、图谋不轨。寇准无奈，只好答应求和。

于是，宋真宗派使者曹利用去和辽军谈判，交代他说：“万不得已时，即使每年给他们一百万银绢，只要能保边境太平，也可以答应下来。”

曹利用点头答应。可他还没离开军营，就被守在营帐外面的寇准拦住了，寇准说：“就算皇帝答应可以给对方一百万，可你去谈判的时候，赔款数目如果超过三十万，我就要了你的脑袋！”曹利用诺诺而退。

萧挈凜

萧挈凜是辽国名将，被封为兰陵郡王。他英勇善战，总是率领精锐部队担当前锋。这一天，他亲自到阵前督战，没想到宋军已经预先安置好了射程极远的床子弩，虎威军头（负责宿卫的军官）张瑰瞄准萧挈凜，一箭射中其额头，萧挈凜重伤，当夜死去。



曹利用到了辽营，巧舌如簧地与辽军讨价还价，于1005年1月，两军最终商定：辽宋为兄弟之国，辽圣宗年幼，称宋真宗为兄，后世仍以齿论。以白沟河为国界，双方撤兵，辽归还宋遂城（今河北省保定市徐水区）及瀛、莫二州。宋方每年向辽提供“助军旅之费”白银十万两，绢二十万匹，至雄州交割。双方于边境设置榷（què）场，开展互市贸易。

因澶州又名澶渊，这份盟约就被称为“澶渊之盟”。澶渊之盟的签订为宋辽两国带来了百余年的平静。



课堂在线



智慧点评

在这场谈判中，北宋由于在之前的战争中积极抵抗，取得了一定战果，从而增强了谈判的底气。澶渊之盟的签订，为宋辽百余年的和平拉开了序幕，影响十分深远。



要点掌握

- 1.1004年，萧太后和辽圣宗亲率大军侵宋。
- 2.在宰相寇准的坚持下，宋真宗亲征，宋军士气大振，在澶州城下射死辽将萧挾凛。
- 3.1005年，宋辽签订“澶渊之盟”，两国百余年不再发生大规模战争。



考点追踪

- 1.寇准为澶渊之盟的签订做了哪些贡献？
- 2.澶渊之盟有什么重大影响？



课本里学不到的趣味知识

杨家将

杨令公名杨业（又称杨继业），他和儿子杨延昭、孙子杨文广都是北宋名将。杨家父子三代坚守雁门关（在今山西省代县北），力拒辽军。

在公元986年北宋伐辽战役中，杨业由于主帅潘美和监军王侁的错误指挥，被迫孤军奋战，于陈家谷失尽援绝，重伤被俘，绝食而死，终年六十岁。

宋朝积弱，最后亡于外敌，所以遗民们更加追思那些血战保国的将领。于是，杨家将的故事以演义、话本、戏剧等形式在中国民间广为流传，对北宋前期的一些人物和事件加以演绎，讲述了杨家四代人戍守北疆、精忠报国的动人事迹。





西夏建国

党项族发源于今青海东南部黄河一带，属于羌族的一个分支，是一个以游牧为生的古老民族。唐初时，他们发展壮大，占据了宁夏、甘肃和陕西西北一带。

宋太祖赵匡胤削除藩镇兵权，引起了党项族首领李氏的不满，他们开始屡屡侵犯宋朝边境，而宋朝始终无法消灭这股割据势力。党项族慢慢发展壮大起来。

1004年，李德明成为党项族首领，他把党项治理得井井有条。然后，一边向辽国请求封号，一边向宋朝称臣。宋、辽两国都封他为西平王。同年，他的儿子李元昊出生了。

李元昊从小喜欢看各种兵书，还精通汉语。他长大后，英勇善战，屡次带兵打败了吐蕃、回纥等部落。1032年，李德明去世，李元昊继承了西平王的爵位，他决定一展宏图，实现自己的夙愿。

第二年，他就以避父讳为名改用了新的年号，之后便开始建宫殿，设置文武大臣，定法制、兵制，创建了西夏民族自己的文字——西夏文，还设立了许多学校，培养青少年习文弄武，慢慢构筑出一幅国家的蓝图。

1038年，李元昊正式称帝建国，国号为大夏，建都兴庆。又因为大夏地处宋朝西北边，故史称“西夏”。

西夏建国，顿时引起了宋仁宗的重视，命边将时刻留意西夏国的动静。